

Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького
природничо - географічний факультет
кафедра теорії та методики фізичного виховання і спорту

Назва освітнього компонента <i>Обов'язковий/вибірковий</i>	ПРАКТИКУМ ІЗ ВОЛЕЙБОЛУ <i>вибірковий</i>
Ступінь освіти Бакалавр / магістр / доктор Освітня програма	перший (бакалаврський) Тренерська діяльність в обраному виді спорту 017 Фізична культура і спорт
Рік навчання / Семестр / Курс (рік навчання)	2024-2025 н.р. / парний семест
Викладач	Олійник Ірина Сергіївна, канд. наук з фіз. виховання і спорту (доктор філософії), старший викладач
Мова викладання	українська
Профайл викладача	https://geo.mdpu.org.ua/prirodnicho-geografichnij-fakultet/kafedra-teoriyi-i-metodiki-fizichnogo-v/sklad-kafedri-teoriyi-i-metodiki-fizichnogo-vihovannya-ta-sportivnih-distsiplin/
Контактний телефон	+38 (066) 33-07-377
Е-mail:	oleynikmikel.1991@ukr.net
Сторінка курсу в ЦОДТ МДПУ ім. Б. Хмельницького	https://dfn.mdpu.org.ua/course/view.php?id=6184
Консультації	<i>Очні консультації:</i> згідно графіку роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту - обговорення питань для самопідготовки та презентацій. <i>Онлайн-консультації:</i> через систему ЦОДТ МДПУ ім. Б. Хмельницького та освітніх дистанційних технологій, Viber, Telegram

1. Анотація освітнього компонента

Предметом вивчення дисципліни «Практикум із волейболу» є оволодіння професійно-педагогічними, технічними та тактичними навичками й уміннями, необхідними для проведення занять з волейболу.

Вивчення дисципліни «Практикум із волейболу» є вибірковою компонентою освітньої програми підготовки бакалавра першого рівня вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт, вона допомагає майбутнім фахівцям краще пізнати свою професію, підвищити загальний рівень культури, безпосередньо готує їх до практичної діяльності.

Колективний характер дій гравців команд визначає вимоги до їх гравальної організації. Володіння технікою, індивідуальною тактикою та наявність достатньої фізичної підготовки – це умови, необхідні для успішної гри команди. Крім цього, необхідні злагоджені взаємодії і відношення між окремими гравцями, між ланками та в команді в цілому, що привчає гравців до колективних дій, розвиває у них прагнення до взаємодопомоги.

Перевага волейболу полягає в простоті облаштування місць занять, а також правил проведення гри. Це емоційна гра, під час якої гравці отримують великі обсяги фізичного навантаження, які, проте, не переходять межу оптимальних зусиль, що унеможливорює перевтому, оскільки волейбол за своєю специфікою є вправою самодозуючою.

2. Мета та завдання освітнього компонента

Метою запропонованого практикуму є підвищення ефективності самостійних занять з фізичного виховання засобами спортивних ігор, зокрема волейболу, а також формування у студентів знань з правил гри у волейбол, оволодіння технічними прийомами та тактичними діями гри у нападі та захисті в волейболі; формування здатності до організації змагальної діяльності з волейболу різних груп населення.

Основними завданнями курсу є:

- опанувати необхідні знання та вдосконалити уміння і навички виконання технічних прийомів і тактичних дій у волейболі;

- опанувати знання про правила гри в волейболі та вміння судити гру;

- ознайомити з організацією та проведенням змагань з волейболу.

За підсумками вивчення дисципліни студент повинен **знати**:

- значення та місце спортивних ігор у системі фізичного виховання і спортивної підготовки;

- загальну характеристику спортивних ігор;

- класифікацію техніки і тактики волейболу;

- заходи попередження травматизму на заняттях зі спортивних ігор;

- форми та методи контролю та самоконтролю на заняттях зі спортивних ігор;

- особливості проведення занять з волейболу з різними групами населення;

- вимоги до місць занять, обладнання та інвентарю при проведенні занять зі спортивних ігор;

- методикку побудови конспектів занять з волейболу;

- вимоги до інтенсивності та величини навантажень на заняттях з основні правила гри, жести суддів під час гри, організацію та волейболу;

- методикку проведення змагань з ігрових видів спорту.

вміти:

- правильно показати виконання основних технічних прийомів і тактичних дій гри;

- організувати та проводити, як окремі частини навчальних та тренувальних занять так і все заняття в цілому;

- виконувати обов'язки судді, складати конспекти занять зі спортивних ігор;

- планувати і проводити заходи щодо профілактики травматизму і надавати першу медичну допомогу;

- здійснювати контроль і самоконтроль за самопочуттям, фізичним і психічним станом здобувачів.

3. Перелік компетентностей, які набуваються під час опанування дисципліною:

Інтегральна компетентність	ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні компетентності з дисципліни «Практикум із волейболу»	ЗК 4 Здатність працювати в команді; ЗК 5 Здатність планувати та управляти часом; ЗК 9 Навички міжособистісної взаємодії; ЗК 10 Здатність бути критичним і самокритичним; ЗК 12 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності. «Практикум із волейболу»	ФК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; ФК 2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях. ФК 7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини; ФК 8. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини; ФК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми; ФК 12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; ФК 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

4. Результати навчання

ПРН4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;

ПРН7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;

ПРН8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;

ПРН14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом;

ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

5. Назва, код дисципліни і обсяг курсу

Назва дисципліни: «Практикум із волейболу».

Код навчальної дисципліни: ВК 10.

Кількість кредитів з дисципліни: 120 годин / 4 кредити ECTS (лекцій – 40, практичних занять – 2) СРС – 60).

6. Технічне й програмне забезпечення /обладнання

На лекційних заняттях використовується персональний комп'ютер (ноутбук), мультимедійний проектор для демонстрації навчального матеріалу, аудіо- та відеозаписів.

На практичних заняттях використовується мультимедійне обладнання; спортивний інвентар та обладнання.

Програмне забезпечення: робоча програма; електронні варіанти лекцій, презентації лекційного матеріалу, методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи.

7. Політика освітнього компонента

На заняттях вітається активне включення здобувачів в обговорення, креативність, виконання практико-орієнтованих завдань.

При оцінюванні враховується пізнавальна активність, креативність здобувачів, глибина засвоєного матеріалу.

Завдання до кожної теми викладач надає наприкінці заняття, а також висвітлює на сторінці Центру дистанційних освітніх технологій, у групі Viber.

Всі види робіт необхідно виконувати в оговорені строки. При виконанні всіх завдань і видів контролю курсу слід дотримуватись академічної доброчесності.

Політика щодо дедлайнів та перескладання: Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів).

Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

Політика щодо академічної доброчесності: Списування під час контрольних робіт заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування).

Політика щодо відвідування: Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, участь у змаганнях та навчально-тренувальних зборах) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Питання щодо курсу можна задати викладачу через групу у Viber, Telegram та сервіси сайту дистанційної освіти.

8. Структура освітнього компонента

8.1. Структура освітнього компонента (загальна)

Форма навчання	рік підготовки	семестр	Кількість		Кількість годин						Вид підсумкового контролю
			кредитів	годин	лекції	практичні	семінарські	лабораторні	самостійна робота	індивідуальні завдання	
Денна	II, IV	3, 7	4	120	30	14	-	-	76	-	залік
Заочна	II, IV	3, 7	4	120	8	4	-	-	108	-	залік

Практичне заняття № 1. Тема 1.1. Повторення техніки переміщення у нападі, розвиток СФП швидкості та координації.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи студента, перевірити та поглибити знання студентів, ознайомити з технікою пересування, стійок та переміщень у нападі в волейболі.

Задачі та зміст роботи:

1. Повторення техніки переміщення у нападі: переміщення в стійці волейболіста, бігом вперед, в сторони, назад; стрибок поштовхом двома ногами з місця, з розбігу, з поворотом тулуба.

2. Загально-розвиваючі вправи, спеціально фізична підготовка волейболіста.

3. Розвиток швидкості та координації. Література: [1; 3; 12-14].

Практичне заняття № 2. Тема 1.2. Повторення техніки переміщення у захисті, розвиток СФП швидко-силових якостей. Повторити техніку передачі м'яча двома руками зверху.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, перевірити та поглибити знання здобувачів, повторити техніку переміщення у захисті в волейболі.

Задачі та зміст роботи:

1. Повторити техніку переміщення у захисті: стійки готовності до прийому м'яча з подачі від нападаючих і обманних ударів, для виконання страхування.
2. Повторити техніку передачі м'яча двома руками зверху.
3. Загально-розвиваючі вправи на місці, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
4. Розвиток швидкісно-силових якостей волейболіста.

Література: [14-16].

Практичне заняття № 3. Тема 1.3. Вдосконалення передачі м'яча двома руками зверху. Вдосконалення переміщення гравця по майданчику.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Вдосконалення пересування, стійок та переміщень у волейболі.
2. Загально-розвиваючі вправи у русі, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
3. Вдосконалення передачі м'яча двома руками зверху.

Література: [14-18].

Практичне заняття № 4. Тема 1.4. Вдосконалення передачі м'яча двома руками зверху. Повторити нижню прийом-передачу м'яча.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Повторити передачу м'яча двома руками знизу.
2. Загально-розвиваючі вправи з волейбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
3. Вдосконалення верхньої передачі м'яча у волейболі.

Література: [2; 4; 7; 9].

Практичне заняття № 5. Тема 1.5. Вдосконалення верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча в парах, трійках.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з волейбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Вдосконалення верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча.
3. Розвиток спритності, координації. Література: [2; 4; 7; 9; 11].

Практичне заняття № 6. Тема 1.6. Вдосконалення верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча. Повторити техніку виконання нижньої прямої подачі м'яча. Естафети.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча, нижньої прямої подачі м'яча. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок при виконанні технічних елементів.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи зі скакалкою, спеціально-фізична підготовка волейболіста.

2. Вдосконалення верхню та нижню прийом-передачу м'яча.
3. Повторити техніку виконання нижньої прямої подачі м'яча.
4. Розвиток витривалості, сили. Література: [2; 4; 7; 9; 11; 16-18].

Практичне заняття № 7. Тема 1.7. Вдосконалення верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча. Повторити техніку виконання нижньої і верхньої прямої подачі м'яча.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні нижньої та верхньої прямої подачі м'яча. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Вдосконалення верхньої та нижньої прийом-передачі м'яча.
3. Повторити техніку виконання нижньої та верхньої прямої подачі м'яча.
4. Розвиток витривалості, швидкісно-силової підготовки.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 8. Тема 1.8. Вдосконалення нижньої та верхньої прямої подачі м'яча. Повторити техніку виконання передачі м'яча назад за голову.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при навчанні техніки гри у волейбол. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити передачу м'яча назад за голову.
3. Вдосконалення верхньої та нижньої прямої подачі м'яча.
4. Розвиток спеціальної швидкості. Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 9. Тема 1.9. Вдосконалення нижньої та верхньої подачі м'яча, передачі м'яча за голову. Повторити техніку виконання прямого нападаючого удару (по ходу свого розбігу). Правила (нападаючого удару).

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні прямого нападаючого удару. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити прямий нападаючий удар (по ходу свого розбігу).
3. Вдосконалення нижньої та верхньої подачі м'яча, передачі м'яча за голову.
4. Розвиток спеціальної витривалості. Література: [2-3; 5-11; 16-17; 21-22].

Практичне заняття № 10. Тема 1.10. Вдосконалення прямого атакуючого удару. Повторити техніку виконання бокового нападаючого удару. Правила нападаючого удару.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні бокового нападаючого удару. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити боковий нападаючий удар.
3. Вдосконалення прямого атакуючого удару.
4. Розвиток гнучкості волейболіста.

Практичне заняття № 11. Тема 1.11. Повторити техніку виконання

одиначного блокування. Правила блокування. Вдосконалення передачі м'яча в колонах через сітку, верхньої і нижньої прямої подачі, прямого нападаючого удару. Сприяти розвитку стрибучості.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні одиначного блокування. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторення одиначного блокування. Правила блокування.
3. Вдосконалення передачі м'яча в колонах через сітку, верхньої і нижньої прямої подачі, прямого нападаючого удару.
4. Розвиток стрибучості. Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 12. Тема 1.12. Повторення обманного удару у волейболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол. Сприяння розвитку спеціальної сили. Навчально-тренувальна гра.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні обманного удару. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторення обманного удару.
3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: верхня та нижня передача м'яча, верхня і нижня подача м'яча, атакуючий удар, одиначне блокування.
4. Розвиток спеціальної сили. Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 13. Тема 1.13. Повторення групового блокування. Методика суддівства I і II судді. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол. Сприяти розвитку стрибковій витривалості. Навчально-тренувальна гра.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні групового блокування. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичною палицею, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити групове блокування.
3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: верхня та нижня передача м'яча, верхня і нижня подача м'яча, атакуючий удар, одиначне блокування.
4. Розвиток стрибкової витривалості. Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Змістовний модуль 2. Тактична та ігрова підготовка волейболіста.

Спортивні змагання з волейболу. Методика суддівства.

Практичне заняття № 14. Тема 1.14. Повторити індивідуальні тактичні дій в нападі. Методика суддівства. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол. Сприяти розвитку швидкісній витривалості. Навчально-тренувальна гра.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради під час індивідуальних тактичних дій в нападі. Послідовність вивчення технічних елементів.

Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з гімнастичним обручем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити індивідуальні тактичні дії у нападі.
3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: верхня та нижня передача м'яча, верхня і нижня подача м'яча, атакуючий удар, одиночне блокування.
4. Розвиток швидкісної витривалості. Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 15. Тема 1.15. Повторити індивідуальні тактичні дії у захисті. Вдосконалення прийомів техніки гри, переміщень, передачі і прийому м'яча, нападаючого удару. Навчально-тренувальна гра. Практика суддівства.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні індивідуальних тактичних дій у захисті. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з волейбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити індивідуальні тактичні дії у захисті.
3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: верхня та нижня передача м'яча, верхня і нижня подача м'яча, атакуючий удар, одиночне блокування.
4. Практика суддівства. Навчально-тренувальна гра.
Література: [2-3; 5-11; 23].

Практичне заняття № 16. Тема 1.16. Повторити індивідуальні дії ліберо. Вдосконалення приймання подачі, блокування нападаючого удару. Навчально-тренувальна гра.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при виконанні індивідуальних дій ліберо. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з тенісним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити індивідуальні дії ліберо.
3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: приймання подачі, блокування нападаючого удару.
4. Практика суддівства. Навчально-тренувальна гра.
Література: [2-3; 5-11; 24].

Практичне заняття № 17. Тема 1.17. Повторити індивідуальні, групові та командні тактичні взаємодії в нападі у волейболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: приймання подачі, блокування нападаючого удару. Навчально-тренувальна гра.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при індивідуальних, групових та командних тактичних взаємодіях в нападі у волейболі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи на місці, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити індивідуальні, групові та командні тактичні взаємодії в нападі у волейболі.
3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: приймання подачі, блокування нападаючого удару.

4. Практика суддівства. Навчально-тренувальна гра. Література: [2-3; 5-11; 23].

Практичне заняття № 18. Тема 1.18. Повторення індивідуальних, групових та командних тактичних взаємодій в захисті у волейболі. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: приймання подачі, блокування нападаючого удару. Навчально-тренувальна гра.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, практичні поради при індивідуальних, групових та командних тактичних взаємодій в захисті у волейболі. Послідовність вивчення технічних елементів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи у парах, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Повторити індивідуальні, групові та командні тактичні взаємодії в захисті у волейболі.
3. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри в волейбол: приймання подачі, блокування нападаючого удару.

4. Практика суддівства. Навчально-тренувальна гра.

Література: [2-3; 5-11; 16-17; 22-23].

Практичне заняття № 19. Тема 1.19. Вдосконалення тактики володіння м'ячем в нападі в волейболі. Навчальна гра з додатковим завданням.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з тенісним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Вдосконалення тактики володіння м'ячем в нападі в волейболі.
4. Практика суддівства. Навчально-тренувальна гра.

Література: [2-3; 5-11; 16-17; 25-26].

Практичне заняття № 20. Тема 1.20. Споруди, обладнання, правила та жести суддів у волейболі. Ведення протоколу.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, ознайомлення з волейбольним обладнанням, правилами та жестами суддів у волейболі. Методика ведення протоколу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з волейбольним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Ознайомлення з волейбольним обладнанням, правилами та жестами суддів у волейболі.
3. Методика ведення протоколу. Література: [2-3; 5-11; 21].

Практичне заняття № 21. Тема 1.21. Навчання суддівства. Вдосконалення виконання техніко-тактичних дій в навчально-тренувальних іграх.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, методика навчання суддівства. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Загально-розвиваючі вправи з тенісним м'ячем, спеціально-фізична підготовка волейболіста.
2. Методика навчання суддівства.
3. Вдосконалення виконання техніко-тактичних дій в навчально-тренувальних іграх.

Література: [2-3; 5-11; 22].

Практичне заняття № 22. Тема 1.22. Проведення заняття з волейболу. Підготувати та провести комплекс вправ на запропоновані теми.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, методика проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Складання контрольних нормативів (верхня передача м'яча в парах).
4. Практика суддівства. Навчально-тренувальна гра.

Література: [2-3; 13; 23].

Практичне заняття № 23. Тема 1.23. Проведення заняття з волейболу.

Підготувати та провести комплекс вправ на запропоновані теми.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, методика проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Складання контрольних нормативів (нижньої передачі м'яча в парах).
4. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.

Література: [1-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 24. Тема 1.24. Проведення заняття з волейболу.

Підготувати та провести фрагмент практичного заняття з волейболу.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, методика проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Складання контрольних нормативів (верхня та нижня пряма подача м'яча).
4. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.

Література: [1-3; 5-11; 16-17; 28].

Практичне заняття № 25. Тема 1.25. Проведення занять з волейболу. Підготувати та провести фрагмент практичного заняття.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, методика проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Складання контрольних нормативів (верхня та нижня передача м'яча біля стіни).
4. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.

Література: [2-3; 5-11; 16-17; 28].

Практичне заняття № 26. Тема 1.26. Проведення занять з волейболу. Підготувати та провести фрагмент практичного заняття.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, методика проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Здача тестування з суддівства.
4. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 27. Тема 1.27. Проведення занять з волейболу.

Вдосконалення техніко-тактичних прийомів.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, методика проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.

Література: [2-3; 5-11; 16-17].

Практичне заняття № 28. Тема 1.28. Проведення занять з волейболу.

Вдосконалення техніко-тактичних прийомів.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, методика проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення фрагменту практичного заняття з волейболу.
2. Написання плану-конспекту заняття.
3. Навчально-тренувальна гра. Суддівство гри. Ведення протоколу.

Література: [2-3; 5-11; 16-17; 28].

Практичне заняття № 29. Тема 1.29. Методика проведення змагань, організація змагань. Методика суддівства у волейболі.

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, організація та проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення змагань з волейболу.
2. Написання положення про змагання з волейболу.
3. Суддівство гри. Ведення протоколу. Література: [2-3; 5-11; 16-17; 28].

Практичне заняття № 30. Тема 1.30. Методика проведення змагань, організація змагань. Методика суддівства у волейболі. Ведення протоколу

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті самостійної роботи здобувачів, організація та проведення практичних занять з волейболу. Рекомендації, що сприяють усуненню помилок.

Задачі та зміст роботи:

1. Проведення змагань з волейболу.
2. Написання положення про змагання з волейболу.
3. Суддівство гри. Ведення протоколу. Література: [2-3; 5-11; 16-17; 28].

9. Методи та форми навчання і контролю

9.1. Форми та методи навчання

Вивчення дисципліни досягається інформаційним, ілюстративним та проблемним методами навчання.

Лекції супроводжуються демонстрацією схем, таблиць з мультимедійним супроводом. На практичних заняттях розглядаються та розв'язуються задачі, наближені до реальних ситуацій:

* використовується роздатковий матеріал (наочність) для формування у студентів системного мислення, розвитку пам'яті;

* проводиться дискусійне обговорення проблемних питань;

* задаються провокаційні питання.

Навчання супроводжується опрацюванням нормативної, навчальної літератури, а також періодичних видань. При викладанні навчальної дисципліни для активізації навчального процесу передбачено застосування сучасних навчальних технологій, таких, як: проблемні лекції, робота в малих групах, семінари-дискусії, кейс-метод, метод мозкового штурму, метод вільних асоціацій,

метод обговорення тематичних зображень, метод "переваги та недоліки", метод "Робота в мережі", ділові ігри, екскурсійні заняття.

Проблемні лекції спрямовані на розвиток логічного мислення студентів. Коло питань теми лекції обмежується двома-трьома ключовими моментами, увага студентів концентрується на матеріалі, який не знайшов відображення в підручниках, використовується досвід закордонних навчальних закладів з роздаванням студентам під час лекції друкованого матеріалу та виділенням головних висновків з питань, що розглядаються.

Міні-лекції передбачають викладення навчального матеріалу за короткий проміжок часу і характеризуються значною ємністю, складністю логічних побудов, образів, доказів та узагальнень. Міні-лекції проводяться, як правило, як частина заняття дослідження. На початку проведення міні-лекції за вказаними темами лектор акцентує увагу студентів на необхідності представити викладений лекційний матеріал у так званому структурно-логічному вигляді. На розгляд виносяться питання, які зафіксовані у плані лекцій, але викладаються вони стисло.

Робота в малих групах дає змогу структурувати лекційні або практично-семінарські заняття за формою і змістом, створює можливості для участі кожного студента в роботі за темою заняття, забезпечує формування особистісних якостей та досвіду соціального спілкування.

Після висвітлення проблеми (при використанні проблемних лекцій) або стисло викладання матеріалу (при використанні міні-лекцій) студентам пропонується об'єднуватися у групи по 5 – 6 осіб і презентувати наприкінці заняття своє бачення та сприйняття матеріалу.

Презентації – виступи перед аудиторією, що використовуються для представлення певних досягнень, результатів роботи групи, звіту про виконання індивідуальних завдань. Однією з позитивних рис презентації та її переваг за умови використання в навчальному процесі є обмін досвідом, який здобули студенти під час роботи в певній малій групі.

Семінари-дискусії передбачають обмін думками та поглядами учасників щодо даної теми, а також розвивають мислення, допомагають формувати погляди і переконання, виробляють вміння формулювати думки і висловлювати їх, вчать оцінювати пропозиції інших людей, критично підходити до власних поглядів.

Ділові та рольові ігри – форма активізації студентів, внаслідок якої вони задіяні в процесі інсценізації певної виробничої ситуації в ролі безпосередніх учасників подій.

Обговорення тематичних зображень дає змогу візуально сприймати інформацію, сприяє розвитку асоціативного мислення та кращому засвоєнню матеріалу.

9.2. Форми та методи контролю

Оцінювання результатів навчання здійснюється відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу в МДПУ імені Богдана Хмельницького» <https://drive.google.com/file/d/1HWL9vuhcizztkaC6wgF-zXhr43uGR1W0/view> та «Положення про бально-накопичувальну систему оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у МДПУ імені Богдана Хмельницького» <https://drive.google.com/file/d/1BDRNtAJupqmHkldtICJTKvL-LNTIjWRX/view>.

Контроль за видами діяльності здобувачів здійснюється шляхом поточного оцінювання знань (під час практичних та семінарських занять), контролю виконання завдань самостійної роботи (есе, презентації, творчі проекти), періодичного контролю періодична контрольна робота, заліку або екзамену. За результатами суми двох періодичних контрольних робіт, оцінки за поточний контроль та екзаменаційної оцінки виставляється підсумкова оцінка за національною, 100-бальною шкалами і ECTS

Практичні і семінарські заняття оцінюються за шкалою «2», «3», «4», «5».

Бали	Критерії
5	Здобувач в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому нормативну, обов'язкову та додаткову літературу. Правильно вирішив усі розрахункові/тестові завдання. Здатен виділяти суттєві ознаки

	вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.
4	Здобувач достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, в основному розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому нормативну та обов'язкову літературу. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки. Правильно вирішив більшість розрахункових/тестових завдань. Здобувач здатен виділяти суттєві ознаки вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, у яких можуть бути окремі несуттєві помилки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.
3	Здобувач в цілому володіє навчальним матеріалом, викладає його основний зміст під час усних виступів та письмових розрахунків, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки. Правильно вирішив половину розрахункових / тестових завдань. Має ускладнення під час виділення суттєвих ознак вивченого; під час виявлення причинно-наслідкових зв'язків і формулювання висновків.
2	Здобувач не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час усних виступів та письмових розрахунків, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності. Правильно вирішив окремі розрахункові/тестові завдання. Безсистемно відділяє випадкові ознаки вивченого; не вміє зробити найпростіші операції аналізу і синтезу; робити узагальнення, висновки.

Періодичний контроль складається з двох контрольних робіт (перший та другий періодичний контроль).

Контрольна робота включає тестові завдання та відповіді на два розгорнуті питання (max=30б.+30б.). Анімаційна програма у разі своєчасної і відмінної презентації може бути зарахована здобувачі за другу періодичну контрольну роботу.

Критерії оцінювання періодичного контролю

Контрольна робота включає тестові завдання та відповіді на два розгорнуті питання. Максимальна кількість балів – 30. Десять тестових завдань по 1 балу – 10 балів. Два розгорнуті питання по 10 балів. Розгорнуті відповіді на 2 завдання оцінюються за 10-бальною шкалою.

10-9 балів	Здобувач дає вичерпну відповідь на поставлене питання і виявляє глибокі ґрунтовні знання з певної теми. Спроможний мислити нестандартно, давати оригінальне тлумачення проблем, здатність самостійно інтерпретувати, узагальнювати, робити висновки на основі конкретного матеріалу.
8-7 балів	Здобувач правильно і майже в достатньому обсязі дав відповідь на поставлене питання, що підтверджує його глибокі знання з предмета, показав розуміння теми, але ще не зовсім правильно може використати знання на практиці. Має незначні помилки у викладі матеріалу.
6-5 балів	Здобувач недостатньо орієнтується в матеріалі, не завжди може самостійно проаналізувати запропонований матеріал; не дає вичерпної відповіді на контенті питання.
4-3 балів	Здобувач допускає суттєві помилки у викладі матеріалу, порушує логіку відповіді, відтворює матеріал на елементарному рівні.
2-1 балів	Здобувач не зміг викласти зміст питання, погано орієнтується в матеріалі, допускаючи при цьому суттєві неточності.
0 балів	Відповідь відсутня.

Критерії оцінювання самостійної роботи. Відповідно до «Положення про організацію

освітнього процесу в МДПУ імені Богдана Хмельницького» <https://drive.google.com/file/d/1HWL9vuhcizztkaC6wgF-zXhr43uGR1W0/view> самостійна робота є основним засобом оволодіння навчальним матеріалом у час, вільний від обов'язкових академічних занять. Метою самостійної роботи здобувача є засвоєння в повному об'ємі освітньої програми і освітнього компонента та послідовне формування навичок ефективною самостійної і професійної діяльності.

Основними видами самостійної роботи студентів у межах освітнього компоненту є підготовка до аудиторних занять, пошуково-аналітична робота щодо винесених для самостійного опрацювання окремих тем. Питання і завдання, винесені на самостійне опрацювання, включені до періодичних контрольних робіт та екзаменаційних білетів.

Згідно «Положення про бально-накопичувальну систему оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у МДПУ імені Богдана Хмельницького» <https://drive.google.com/file/d/1BDRNtAJupqmHkldtICJTkvL-LNTIjWRX/view>, самостійно підготовлені теми або розв'язані окремі завдання, що винесені для самостійного опрацювання здобувачами оцінюються як частина теми практичного заняття.

Контроль за виконанням завдань до самостійної роботи здійснюється під час поточного, періодичного і підсумкового контролю.

Критерії оцінювання підсумкового (семестрового) контролю

Результати за всі практичні обчислюються як середньозважена оцінок (max=20 до першої контрольної точки + max=20 до другої контрольної точки). Теми для самостійного опрацювання, оцінюються як частина практичного заняття.

Освітній компонент оцінюється у 100 балів.

Для зарахування заліку достатньо 60 балів.

Екзамен оцінюється у 100 балів. Екзаменаційний білет включає тестові завдання та відповіді на два розгорнуті питання з усіх тем, які входять до програми освітнього компоненту. Підсумкова оцінка виставляється як середньозважена оцінок за семестри та результатів екзамену.

Екзаменаційний білет включає тестові завдання та відповіді на два розгорнуті питання. Максимальна кількість балів 100. Тестові завдання 20 тестів по 2 бали. Розгорнуті відповіді на два завдання оцінюються за 30-бальною шкалою.

25-30 балів	Здобувач дає вичерпну відповідь на поставлене питання і виявляє глибокі ґрунтовні знання з певної теми. Спроможний мислити нестандартно, давати оригінальне тлумачення проблем, здатність самостійно інтерпретувати, узагальнювати, робити висновки на основі конкретного матеріалу. Здатен виділяти суттєві ознаки вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.
19-24 балів	Здобувач правильно і майже в достатньому обсязі дав відповідь на поставлене питання, що підтверджує його глибокі знання з предмета, показав розуміння теми. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації.
13-18 балів	Здобувач недостатньо орієнтується в матеріалі, поверхово сприймає його зміст, не завжди може самостійно проаналізувати запропонований матеріал. Не здатен виділяти суттєві ознаки вивченого.
7-12 балів	Здобувач допускає суттєві помилки у викладі матеріалу, порушує логіку відповіді, відтворює матеріал на елементарному рівні. Допускає багато суттєвих помилок у викладенні матеріалу.
1-6 балів	Здобувач не зміг викласти зміст питання, погано орієнтується в матеріалі. Безсистемно відділяє випадкові ознаки вивченого.
0 балів	Відповідь відсутня.

Порядок визнання результатів навчання, отриманих в неформальній освіті регулюється відповідним положенням https://drive.google.com/file/d/14KeC_yldBuss-N0Q60DqWdwy9We1_uV4/view та є можливим для обов'язкових освітніх компонентів починаючи з другого семестру навчання.

Співвідношення балів національної оцінної, ECTS і 100 – бальної оцінної шкали таке:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за бальною шкалою, що використовується в Мелітопольському державному педагогічному університеті ім. Богдана Хмельницького	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
A	90-100	відмінно	зараховано
B	82-89	добре	
C	74-81		
D	64-73	задовільно	
E	60-63		
FX	35-59	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
F	0-34	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Невідпрацьовані заняття є підставою для недопущення здобувача до підсумкового контролю як такого, що невиконав навчальний план.

10. Рекомендована література

10.1 Основна література.

1. Бондаренко В.В., Ціпов'яз А.Т. Методика навчання елементам техніки волейболу. Навчально-методичний посібник. Кременчук: Методичний кабінет, 2018. 120 с.
2. Вознюк Т. В. Сучасні ігрові види спорту: теорія та методика викладання : Навчальний посібник. – Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2017. 248 с.
3. Носко М.О. Волейбол у фізичному вихованні студентів: [підручник] / М.О. Носко, О.А. Архипов, В.П. Жула. К.: «МП Леся», 2015. 396 с.

10.2 Допоміжна література.

1. Вознюк Т.В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Навчальний посібник. / Т.В. Вознюк. – Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2016. – 240 с.
2. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті. / В.М. Костюкевич, Є.П. Врублевський, Т.В. Вознюк [та ін.]; // за заг. ред. В.М. Костюкевича; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця ТОВ «Планер», 2017. – 191 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров] в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., – Кн. 2. – 2015. – 752 с.
4. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., – Кн. 1. – 2015 – 680 с.

10.3 Інформаційні ресурси

1. Всесвітня федерація волейболу. Офіційний сайт. Код доступу: <http://www.fivb.com/>.

2. Конфедерація Європейського волейболу. Офіційний сайт. Код доступу: <http://www.cev.eu/>.

3. Федерація волейболу України. Офіційний сайт. Код доступу: <https://www.fvu.in.ua/>.